



## Savetovanište za mlade/ zdravlje mladih

Primarno zdravstvo ima nekoliko savetovaništa za mlade u Östergötlandu – u gradovima Linköping, Motala, Norrköping, Åtvidaberg, Mjölby, Valdemarsvik, Kisa, Finspång, kao i Söderköping.

Savetovaništa za mlade se obraćaju:

devojkama do 25 godina starosti.

mladićima do 25 godina starosti.

Sve osoblje ima obavezu čuvanja službene tajne.

Sve posete i testiranja kod nas su besplatni.

Ukoliko ne znaš švedski jezik dovoljno dobro, pri kontaktima sa zdravstvom imaš pravo na tumača. Kada zakazuješ vreme, zamoli da ti naruče i tumača.

U savetovaništu za mlade možeš razgovarati s odraslom osobom koju ne poznaješ.

Sreska opština u Östergötlandu daje kontraceptivne pilule po sniženoj ceni tebi, ako si mlađa od 20 godina i nastanjena u Östergötlandu. Savetovaništima za mlade se možeš obratiti ukoliko ti trebaju kontraceptivna sredstva ili ukoliko veruješ da si oboleo/obolela od neke venerične bolesti.

Isto tako možeš doći i ukoliko želiš porazgovarati sa nekom odraslom osobom o mislima koji imaš ali ne znaš kome trebaš se obratiti.

Osećaš li se drugačiji? Jesi li u redu? Jesi li premršav? Ili predebeo? Je li ti teška situacija kod kuće? Jesi li uznemiren zbog nečega? Osećaš li se umoran? Ili žalostan? Želiš li znati više o menstruaciji? Sve su to primeri onoga o čemu možeš razgovarati s osobljem u savetovaništu za mlade.

Treba li ti neko s kim bi popričao o osećanjima, odnosima i seksu, slobodno se obrati savetovaništu za mlade.

### Hitna kontracepcijska sredstva

Takozvane “Dan posle pilule” uzimaju se 72 sata nakon polnog odnosa bez zaštite.

Može doći do neželjenih posledica. Informacije o neželjenim posledicama dobićeš zajedno sa pilulama. Pilule se mogu kupiti i u apoteci bez recepta.

### Abortus

Često je teško doneti odluku o abortusu ili održavanju svoje trudnoće. Trudnoća se može ustanoviti uz pomoć besplatnog nalaza mokraće koji se obavlja u savetovaništu za mlade 1-2 sedmica nakon izostanka menstruacije. Zakon o abortusu dopušta slobodan abortus do 18.

sedmice trudnoće. Većina abortusa obavlja se pre 12. sedmice trudnoće. Kako bi se sprečila trudnoća, važno je odlučiti o vrsti kontraceptivnih sredstava koje ćeš koristiti.

Nalaz mokraće može se obaviti i u najbližem savetovaništu za trudnice i majke, i besplatan je za osobe do 20 godina starosti.

### Venerične bolesti

Klamidija, gonoreja, sifilis, herpes, kondilom i HIV su bolesti koje se prvenstveno prenose polnim odnosom. Kondom je dobra zaštita od većine veneričnih bolesti. On se mora zadržati u toku čitavog snošaja. Ne ustručavaj se da se obratiš savetovaništu za mlade radi dobijanja informacija, saveta ili eventualnog pregleda.



## **Kontraceptivna sredstva**

Kondom. Sigurno, dobro i lako dostupno kontraceptivno sredstvo, koje štiti i od zaraze. Kontraceptivne pilule, kombinovane kontraceptivne pilule. Sadrže dva različita ženska hormona i sprečavaju ovulaciju. Kontraceptivne pilule treba uzimati redovno, a dobijaju se na recept.

Mini pilule. Prikladne za osobe koje iz nekog razloga ne mogu uzimati kontraceptivne pilule. Nešto su manje sigurne.

Kontraceptivna injekcija. Hormon žutog tela koji se ubrizgava injekcijom umesto da se uzima kao pilula.

P-štapići (*P-stavar*). Kontraceptivno sredstvo dugotrajnog delovanja koje se stavlja pod kožu sa unutrašnje strane nadlaktice.

Spirala. Umetak u maternicu koji stavlja babica ili lekar. Postoji bakarna spirala i hormonska spirala.

U savetovalištu za mlade možeš dobiti savet o različitim kontraceptivnim sredstvima. Obrati nam se. Sve posete su besplatne.